30 năm
ẤN BẢN KỈ NIỆM

Chính trong sự cô tịch này
chúng ta khám phá ra rằng "hiện hữu"
quan trọng hơn "sở hữu",
và rằng giá trị của chúng ta
vượt hơn kết quả của những nỗ lực của mình.

— Henri J.M. Nouwen

Dựa trên ba khoảnh khắc trong đời sống của Đức Giêsu, Henri Nouwen mời gọi chúng ta suy niệm về sự căng thẳng giữa khát vọng tìm về cô tịch và những đòi hỏi của đời sống hiện đại. Ngài nhắc chúng ta nhớ rằng chính trong cô tịch, Đức Giêsu đã tìm được can đảm để bước theo thánh ý Thiên Chúa. Và ngài cho thấy rằng tình yêu và việc phục vụ sinh hoa trái phải khởi nguồn từ một mối tương quan sống động với Thiên Chúa. Được viết nên cách đẹp đẽ và giản dị, Bước Ra Từ Sự Cô Tịch vẫn tươi mới hôm nay như ba mươi năm trước.

Chúng ta muốn vượt qua những vấn đề và nghịch cảnh,
và muốn thay đổi bằng mọi giá.
Một chọn lựa khác là biết chăm sóc cho chính mình,
cho nhau, và cho thế giới quanh ta.

— Thomas Moore,
trích Lời mở đầu

ave maria press®
Notre Dame, IN
www.avemariapress.com
A Ministry of the Indiana Province of Holy Cross

ISBN-13: 978-0-87793-495-0
ISBN-10: 0-87793-495-9
50795
9 780877 934950

Nouwen

Bước ra Từ sự Cô Tịch

Bước Ra Từ Sự Cô Tịch

Ba Suy Niệm về Đời Sống Kitô Hữu

Henri J.M. Nouwen

Bản dịch của Nhóm Tủ sách dịch Công giáo

BƯỚC RA TỪ SỰ CÔ TỊCH

Henri Nouwen
Bản dịch của nhóm Tủ sách dịch Công giáo

Bước Ra Từ Sự Cô Tịch

BA SUY NIỆM VỀ ĐỜI SỐNG KITÔ HỮU

LƯU HÀNH NỘI BỘ - 2025

Nhà xuất bản Ave Maria Press • Notre Dame, Indiana
Xuất bản lần đầu: Tháng 8 năm 1974
Tái bản lần thứ nhất: Tháng 4 năm 2004
Tái bản lần thứ hai mươi: Tháng 4 năm 2008
Số bản in: 352.500 bản
Ba đoạn Tin Mừng trích từ *The New Jerusalem Bible*, bản quyền © 1985, Darton, Longman & Todd, Ltd., và Doubleday and Company, Inc.
© 1974, 2004, Ave Maria Press, Inc.
Giữ toàn bộ bản quyền. Không được phép sử dụng hay sao chép bất kỳ phần nào của cuốn sách này dưới bất kỳ hình thức nào, ngoại trừ trường hợp trích dẫn lại trong bối cảnh bài điểm sách, mà không có sự cho phép bằng văn bản từ Ave Maria Press®, Inc., P.O. Box 428, Notre Dame, IN 46556.
Được thành lập năm 1865, Ave Maria Press là một sứ vụ của Tỉnh Dòng Thánh Giá Indiana.
Website: www.avemariapress.com
ISBN-10: 0-87793-495-9
ISBN-13: 978-0-87793-495-0
Bìa và thiết kế chữ: David R. Scholtes
In và đóng tại Hoa Kỳ
Dữ liệu Thư mục ấn hành của Thư viện Quốc hội có sẵn.

Dành tặng Peter và Anke Naus

Lời mở đầu

Thomas Moore

Henri Nouwen đã trở thành một tác giả thiêng liêng được nhiều người mến mộ, và cuốn sách này cho thấy lý do vì sao. Sức mạnh trong lời văn của ngài đưa người đọc đến một nơi chốn của trí tưởng và cảm xúc, tựa như một mũi đất nhô ra biển, một khoảng trống trong rừng, hay một đỉnh thấp trong dãy núi. Nouwen tạo ra không gian tĩnh lặng ngay trong giọng văn và cách diễn đạt của mình. Ngài khơi dậy chính điều mà ngài đang viết đến.

Tuy nhiên, sự đơn sơ của cuốn sách này có thể khiến người ta lầm tưởng. Nouwen đưa ra nhiều nhận định tinh tế, và nhịp điệu cũng như sự lặp lại của từ ngữ, câu văn như ru ta vào một trạng thái trầm tư. Đây là vài nhận định đã đánh động tôi.

"Những hoài nghi âm ỉ về bản thân là nền tảng của biết bao nỗi u sầu." Ngài nói rằng chúng ta sợ bị vạch trần và lộ ra sự bất toàn của mình. Chúng ta sợ bị phán xét và bị coi là thiếu sót. Câu trả lời của Nouwen vang vọng theo vị thần học gia phi thường Paul Tillich: Hãy biết rằng bạn được đón nhận. Bạn vốn đã ổn như chính con người bạn. Hãy tin tưởng nơi bản thân, thay vì đòi hỏi sự chấp thuận từ người khác, và rồi hãy sống gắn kết trong cộng đoàn.

"Một đời sống không có trung tâm tĩnh lặng rất dễ trở nên hủy hoại." Ngày nay, chúng ta đặc biệt ý thức về tiềm năng hủy diệt của con người. Khắp nơi, ở mọi phía của xung đột, đều có nhiều hành

động nhưng rất ít sự lắng đọng để hướng tâm. Chúng ta đang sống trong một thế giới mà việc không hành động nhanh chóng, mạnh mẽ bị xem là yếu đuối, và thế nhưng Nouwen lại hoàn toàn đúng: Chúng ta cần một điểm tĩnh lặng ở trung tâm để mọi hành động phát sinh từ đó là sáng tạo chứ không phải hủy diệt.

Henri Nouwen và tôi đồng lòng cổ võ việc "chăm sóc" hơn là "chữa trị". Sự thôi thúc phải chữa trị giống như hành động mà không có một trung tâm sâu lắng và thinh lặng. Chúng ta muốn vượt qua khó khăn, nghịch cảnh và muốn thay đổi bằng mọi giá. Nhưng một chọn lựa khác là chăm sóc cho chính mình, cho nhau, và cho thế giới. Chúng ta sẽ không cần đến sự thay đổi hay chữa trị nếu chúng ta luôn ở trong tâm thế chăm sóc liên lỉ. Ngay cả với đồ vật, ngày nay chúng ta thường làm hỏng rồi thay thế. Chăm sóc thì ngược lại: liên tục, chu đáo, và xuất phát từ trái tim. Trong chữa trị có nét anh hùng, nhưng trong chăm sóc — theo nghĩa cao quý nhất của tình phụ mẫu — có tính nghệ thuật và đầy lòng xót thương sâu xa.

Nhưng ngay cả việc chăm sóc cũng có thể "suy giảm thành một sự đắm chìm bệnh hoạn vào nỗi đau", Nouwen nói. Chúng ta cần có niềm trông đợi, ngài nhấn mạnh. Chúng ta cần vượt khỏi tâm lý học. Chúng ta cần một cái nhìn thiêng liêng. Sau cùng, chúng ta cần khám phá sự cô tịch tuyệt đối và tâm điểm của mình nơi Thiên Chúa, trong sự siêu việt trọn vẹn của cái tôi và mọi bận tâm về bản thân. Sự cô tịch sau cùng là được giải thoát khỏi mọi hành trang và xao lãng của một cái tôi ồn ào, thoát khỏi tính vị kỷ tinh vi nhưng dai dẳng. Chúng ta cần đánh mất cái ý thức về bản thân mang tính giới hạn ấy, để sống trong chiêm niệm đơn sơ và bình thường.

Tôi đọc cuốn sách này như một cách trình bày sáng tạo và sâu sắc về những tư tưởng đã xưa nhưng được thử thách qua thời gian. Tôi nghe vang vọng Thánh Gioan Thánh Giá ở phía xa, mời gọi thanh luyện trí khôn và giác quan. Tôi nghe một ngôn ngữ mới mẻ mở ra con đường tiến tới điều tôi gọi là "linh đạo huyền nhiệm bình thường" — khả năng nơi mỗi người chúng ta tìm được sự tĩnh lặng trong chính mình và trong cuộc sống, vốn là nơi phong nhiêu nhất của mọi sự. Nghịch lý thay, chúng ta lại được gắn kết nhất và sáng tạo nhất khi sống trong chính loại cô tịch đặc biệt ấy.

Lời Tựa

Những bài suy niệm này ban đầu được giảng như các bài giảng Lời Chúa tại "Battell", Nhà thờ Liên hiệp Kitô hữu (United Church of Christ) thuộc Đại học Yale. Tôi xin bày tỏ lòng biết ơn đến tất cả những ai đã giúp tôi trong "việc giảng Lời": Phil Zaeder, Tuyên úy Đại học, người đã mời tôi lên giảng đài và nâng đỡ, góp ý cho tôi suốt ba tuần ở giáo xứ của ngài; các Nữ tu Bác Ái (Sisters of Mercy) tại Madison, Connecticut, đã quảng đại mở cửa đón tiếp tôi và cho tôi một nơi thuận tiện để viết; và các thành viên của Battell, những người đã tiếp đón nồng hậu, khiến tôi cảm thấy như ở giữa gia đình mình. Tôi cũng đặc biệt tri ân Joe Freeman, người đã tận tâm giúp tôi chuẩn bị các bài giảng này để xuất bản, và Debbie Wheeler, người đã dành nhiều thời gian để đánh máy và đánh lại bản thảo.

1

BƯỚC RA TỪ SỰ CÔ TỊCH

Chiều hôm ấy, khi mặt trời đã lặn, người ta đem đến cho Đức Giêsu mọi kẻ ốm đau và những người bị quỷ ám. Cả thành tụ họp trước cửa. Người chữa nhiều kẻ ốm đau mắc đủ thứ bệnh tật, và trừ nhiều quỷ, nhưng không cho chúng nói, vì chúng biết Người là ai. Sáng sớm tinh sương, lúc trời còn tối mịt, Người trỗi dậy, ra khỏi nhà, đến một nơi hoang vắng và cầu nguyện tại đó. Ông Simôn và các bạn đi tìm Người; khi gặp Người, các ông thưa: "Mọi người đang tìm Thầy đấy!" Người bảo các ông: "Chúng ta hãy đi nơi khác, đến các làng xã chung quanh, để Thầy còn rao giảng ở đó nữa, vì chính vì thế mà Thầy đã đến." Rồi Người đi khắp miền Galilê, rao giảng trong các hội đường của họ và trừ quỷ. (Mc 1,32-39)

Dẫn nhập

Sáng sớm tinh sương, lúc trời còn tối mịt, Người trỗi dậy, ra khỏi nhà, đến một nơi hoang vắng và cầu nguyện tại đó. Giữa những câu văn chất đầy hành động — chữa lành người đau khổ, trừ quỷ, đáp lại những môn đệ nóng lòng, đi từ làng này sang làng khác, giảng dạy từ hội đường này sang hội đường khác — ta bắt gặp những lời tĩnh lặng: *"Sáng sớm tinh sương, lúc trời còn tối mịt, Người trỗi dậy, ra khỏi nhà, đến một nơi hoang vắng và cầu nguyện tại đó."* Ngay giữa nhịp thở gấp gáp của hoạt động, ta nghe thấy một hơi thở an bình. Giữa những giờ phút chuyển động không ngừng, ta gặp một khoảnh khắc lặng yên. Ngay trung tâm của bao dấn thân, vang lên lời mời rút lui. Giữa lòng hành động, có sự chiêm niệm. Và sau những giờ sống cùng người khác, là giờ phút cô tịch. Càng đọc câu gần như thinh lặng ấy, nằm giữa những lời ồn ào của hành động, tôi càng cảm nhận rằng bí quyết trong sứ vụ của Đức Giêsu được ẩn giấu nơi chốn hoang vắng mà Người đến cầu nguyện, vào buổi sáng tinh mơ, khi trời còn chưa sáng.

Chính tại nơi hoang vắng ấy, Đức Giêsu tìm được sức mạnh để theo thánh ý Thiên Chúa chứ không theo ý riêng mình; để nói lời của Thiên Chúa chứ không lời của riêng mình; để làm công việc của Thiên Chúa chứ không của riêng mình. Người luôn nhắc chúng ta: *"Tôi không thể tự mình làm điều gì... Tôi không tìm cách làm theo ý tôi, nhưng theo ý Đấng đã sai tôi"* (Ga 5,30). Và một lần khác: *"Những lời Thầy nói với anh em, Thầy không tự mình nói ra; nhưng chính Chúa Cha, Đấng luôn ở trong Thầy, thực hiện công việc của*

Ngài" (Ga 14,10). Chính tại nơi hoang vắng, nơi Đức Giêsu bước vào sự thân mật với Chúa Cha, mà sứ vụ của Người được khai sinh.

Tôi muốn cùng anh chị em suy niệm về "nơi hoang vắng" ấy trong đời sống chúng ta. Tận sâu trong lòng, ta biết rằng nếu không có một chốn hoang vắng, đời sống ta sẽ gặp nguy hiểm. Tận sâu trong lòng, ta biết rằng nếu không có thinh lặng, lời nói sẽ mất đi ý nghĩa; nếu không có lắng nghe, lời nói sẽ không còn chữa lành; nếu không có khoảng cách, sự gần gũi sẽ không thể đem lại ơn cứu chữa. Tận sâu trong lòng, ta biết rằng nếu không có một chốn hoang vắng, các hành động của ta sẽ nhanh chóng trở thành những cử chỉ rỗng tuếch. Sự quân bình tinh tế giữa thinh lặng và lời nói, giữa rút lui và dấn thân, giữa khoảng cách và sự gần gũi, giữa cô tịch và cộng đoàn — chính là nền tảng của đời sống Kitô hữu, và vì thế phải là điều chúng ta dành cho sự quan tâm sâu xa nhất. Vì thế, giờ đây, chúng ta hãy nhìn kỹ hơn, trước hết vào đời sống trong hành động, rồi vào đời sống trong cô tịch.

Đời Sống Chúng Ta Trong Hành Động

Không khó để nhận ra rằng, trong thế giới hôm nay, tất cả chúng ta đều có một khát vọng mạnh mẽ muốn đạt được điều gì đó. Có người suy nghĩ theo hướng thực hiện những thay đổi lớn lao, mang tính kịch tính trong cơ cấu xã hội. Có người khác chỉ mong xây được một căn nhà, viết một cuốn sách, sáng chế một chiếc máy, hay đoạt được một giải thưởng. Cũng có người thấy mãn nguyện chỉ cần làm được điều gì đó hữu ích cho ai đó. Nhưng hầu như tất cả chúng ta đều nhìn nhận bản thân qua sự đóng góp của mình cho đời sống. Và khi về già, phần lớn niềm vui hay nỗi buồn của chúng ta lại tùy thuộc vào việc tự đánh giá vai trò của mình trong việc góp phần định hình thế giới và lịch sử của nó. Là Kitô hữu, chúng ta còn cảm thấy một lời mời gọi đặc biệt để làm điều tốt cho ai đó: cho lời khuyên, an ủi, trừ một vài thứ "quỷ dữ", hay thậm chí đi khắp nơi rao giảng Tin Mừng.

Tuy nhiên, dù khát vọng muốn hữu ích có thể là dấu hiệu của sức khỏe tinh thần và tâm linh trong một xã hội luôn hướng đến mục tiêu, nó cũng có thể trở thành nguồn gốc của một sự tự ti tê liệt. Thường thì, chúng ta không chỉ mong làm những việc có ý nghĩa, mà còn lấy kết quả công việc của mình làm tiêu chuẩn để đánh giá giá trị bản thân. Và rồi, chúng ta không chỉ có những thành công, mà còn *trở thành* chính những thành công đó. Khi thường xuyên diễn thuyết ở đất nước này, tôi nhận thấy rằng càng lớn tuổi, người

giới thiệu mình càng nói dài hơn, vì họ cảm thấy cần phải liệt kê tất cả thành tựu của mình từ thời đại học cho đến hiện tại.

Khi bắt đầu quá ấn tượng với kết quả công việc, chúng ta dần đi đến một niềm tin sai lầm rằng cuộc đời là một bảng điểm khổng lồ, nơi ai đó đang ghi điểm để đo giá trị của ta. Và trước khi nhận ra, chúng ta đã bán linh hồn mình cho những "người chấm điểm" ấy. Điều đó có nghĩa là chúng ta không chỉ *sống trong* thế gian, mà còn *thuộc về* thế gian. Lúc đó, chúng ta trở thành những gì mà thế gian áp đặt: chúng ta được coi là thông minh vì ai đó cho điểm cao; chúng ta hữu ích vì ai đó nói "cảm ơn"; chúng ta được yêu mến vì ai đó thích chúng ta; và chúng ta quan trọng vì ai đó cho rằng ta không thể thiếu. Tóm lại, chúng ta có giá trị vì có thành công. Và càng để cho thành tựu — kết quả hành động của mình — trở thành tiêu chuẩn đánh giá bản thân, chúng ta càng phải "đi bằng đầu ngón chân" trong đời sống tinh thần và tâm trí, lúc nào cũng lo lắng không biết mình có đáp ứng nổi những kỳ vọng đã được tạo ra từ thành công trước đó hay không. Trong cuộc đời của nhiều người, có một chuỗi gần như ma quái, trong đó nỗi lo âu của họ tăng theo đúng tỉ lệ với thành công của họ. Quyền lực đen tối này đã xô đẩy không ít nghệ sĩ vĩ đại đến chỗ tự hủy diệt.

Trong thế giới chạy theo thành công này, đời sống của chúng ta ngày càng bị chi phối bởi những so sánh "hơn kém". Chúng ta tự hào về tòa tháp cao nhất, người chạy nhanh nhất, người đàn ông cao nhất, cây cầu dài nhất, hay học sinh giỏi nhất. (Ở Hà Lan, chúng tôi lại tự hào theo cách ngược lại: chúng tôi có thị trấn nhỏ nhất, con đường hẹp nhất, ngôi nhà tí hon nhất, và đôi giày đi khó chịu nhất.)

Thế nhưng, ẩn sâu dưới tất cả sự đề cao những hành động thành công ấy, nhiều người trong chúng ta lại âm thầm chịu đựng một mặc cảm tự ti sâu kín, luôn sống trong nỗi lo thường trực rằng một ngày nào đó, ai đó sẽ vạch trần ảo tưởng và cho thấy chúng ta không thông minh, không tốt lành, hay không đáng mến như thế gian vẫn tưởng. Đôi khi, trong một khoảnh khắc thân tình, có người sẽ thú nhận: "Mọi người nghĩ tôi rất điềm tĩnh và tự chủ, nhưng giá mà họ biết tôi thực sự cảm thấy thế nào…". Chính sự hoài nghi âm ỉ về bản thân này là nền tảng của biết bao nỗi u sầu trong đời sống của nhiều người đang phải vật lộn trong xã hội cạnh tranh khốc liệt hôm nay. Hơn nữa, nỗi sợ bị phát hiện ra những yếu đuối đã âm thầm gặm nhấm này lại ngăn cản chúng ta sống đời hiệp thông và chia sẻ sáng tạo. Khi chúng ta đã bán rẻ căn tính của mình cho những "người phán xét" của thế gian, chúng ta sẽ bị thôi thúc sống trong bất an, vì nhu cầu tìm kiếm sự công nhận và lời khen ngợi cứ ngày một lớn hơn. Thật vậy, chúng ta bị cám dỗ trở nên chán nản vì sự từ chối chính mình không ngừng. Và chúng ta đứng trước nguy cơ nghiêm trọng là rơi vào cô lập, bởi tình bạn và tình yêu là điều bất khả nếu không có sự mong manh, dễ tổn thương được chia sẻ lẫn nhau.

Vì thế, khi hành động của chúng ta trở nên biểu hiện của nỗi sợ nhiều hơn là hoa trái của sự tự do nội tâm, chúng ta sẽ dễ dàng trở thành tù nhân của những ảo tưởng do chính mình tạo ra.

Đời Sống Chúng Ta Trong Cô Tịch

Sống đời Kitô hữu nghĩa là sống giữa thế gian nhưng không thuộc về thế gian. Chính trong cô tịch mà sự tự do nội tâm này mới có thể lớn lên. Đức Giêsu đã tìm đến nơi thanh vắng để cầu nguyện, nghĩa là để lớn lên trong ý thức rằng mọi quyền năng Người có đều được ban cho; mọi lời Người nói đều đến từ Chúa Cha; và mọi việc Người làm thật ra không phải của riêng Người, nhưng là công việc của Đấng đã sai Người. Chính tại nơi thanh vắng, Đức Giêsu được tự do để… chấp nhận cả thất bại.

Một đời sống không có nơi cô tịch, nghĩa là không có một trung tâm tĩnh lặng, rất dễ trở nên hủy hoại. Khi chúng ta bám chặt vào kết quả của hành động như là cách duy nhất để nhận diện chính mình, chúng ta sẽ trở nên ích kỷ và khép kín, và dễ coi người khác như những đối thủ cần tránh xa hơn là những người bạn cùng chia sẻ hồng ân sự sống.

Trong cô tịch, ta có thể dần dần vạch trần ảo tưởng của sự chiếm hữu và khám phá ra, ở nơi sâu thẳm của chính mình, rằng chúng ta không phải là những gì mình có thể chinh phục, nhưng là những gì được ban tặng. Trong cô tịch, ta có thể lắng nghe tiếng của Đấng đã nói với ta trước khi ta biết thốt nên lời, đã chữa lành ta trước khi ta kịp làm một cử chỉ giúp đỡ, đã giải thoát ta trước khi ta có thể giải thoát cho ai khác, và đã yêu thương ta từ lâu trước khi ta biết yêu thương một ai. Chính trong cô tịch, ta khám phá ra rằng "hiện hữu" quan trọng hơn "sở hữu", và rằng giá trị của ta lớn

hơn kết quả của những cố gắng. Trong cô tịch, ta nhận ra đời sống không phải là tài sản để bảo vệ, nhưng là món quà để trao ban. Ở đó, ta nhận biết rằng những lời chữa lành ta nói ra không chỉ của riêng ta nhưng là ân ban; rằng tình yêu ta thể hiện chỉ là một phần của Tình Yêu lớn hơn; và rằng sự sống mới ta đem đến không phải là của riêng ta để nắm giữ, nhưng là quà tặng để đón nhận.

Trong cô tịch, ta ý thức rằng giá trị của mình không đồng nghĩa với sự hữu dụng của mình. Ta có thể học được nhiều điều từ câu chuyện cổ của Đạo Lão về một người thợ mộc và người học việc:

> *Một người thợ mộc và học trò cùng đi qua một khu rừng lớn. Khi họ bắt gặp một cây sồi cao, to, sần sùi, già nua và tuyệt đẹp, người thợ mộc hỏi học trò: "Con có biết tại sao cây này lại cao lớn, to khỏe, sần sùi, già và đẹp như thế không?"*
>
> *Người học trò nhìn thầy và đáp: "Không… tại sao ạ?"*
>
> *Người thợ mộc nói: "Bởi vì nó vô dụng. Nếu nó hữu dụng thì đã bị chặt từ lâu để làm bàn ghế rồi. Chính vì 'vô dụng' nên nó mới được tự do lớn lên, cao vút và đẹp đẽ, để bây giờ người ta có thể ngồi dưới bóng mát của nó mà nghỉ ngơi."*

Trong cô tịch, ta có thể tự do già đi mà không bị ám ảnh bởi sự hữu dụng, và có thể trao ban một sự phục vụ mà ta không hề dự tính trước. Ở mức độ ta đã từ bỏ những lệ thuộc vào thế gian — dù đó là cha, mẹ, con cái, sự nghiệp, thành công hay phần thưởng — ta có thể xây dựng một cộng đoàn đức tin, nơi có rất ít điều cần phải bảo vệ nhưng lại có thật nhiều điều để chia sẻ. Bởi vì, với tư cách

là cộng đoàn đức tin, chúng ta biết coi trọng thế gian nhưng không coi trọng quá mức. Trong một cộng đoàn như thế, chúng ta có thể học lấy một chút tinh thần của Thánh Giáo hoàng Gioan XXIII, người biết tự cười chính mình. Khi một quan chức cao cấp hỏi ngài: "Thưa Đức Thánh Cha, có bao nhiêu người làm việc ở Vatican?", ngài dừng lại một lát rồi đáp: "Chà… tôi đoán là khoảng một nửa."

Là cộng đoàn đức tin, chúng ta làm việc chăm chỉ, nhưng không để mình sụp đổ vì thiếu kết quả. Và là cộng đoàn đức tin, chúng ta luôn nhắc nhau rằng mình thuộc về một hiệp thông của những con người yếu đuối, mở toang trước Đấng cất tiếng gọi chúng ta nơi những chốn cô tịch của đời mình và nói: **"Đừng sợ, con được đón nhận."**

Kết Luận

Sáng sớm tinh sương, lúc trời còn tối mịt, Người trỗi dậy, ra khỏi nhà, đến một nơi hoang vắng và cầu nguyện tại đó. Khi ông Simôn và các bạn tìm thấy Người, Đức Giêsu nói: *"Chúng ta hãy đi… đến các làng xã chung quanh, để Thầy còn rao giảng ở đó nữa, vì chính vì thế mà Thầy đã đến."*

Những lời Đức Giêsu nói tại các làng mạc ấy đã được sinh ra từ mối thân tình với Chúa Cha. Đó là những lời an ủi và quở trách, những lời hy vọng và cảnh báo, những lời quy tụ và chia rẽ. Người dám nói những lời thách thức ấy bởi Người không tìm vinh quang cho riêng mình: *"Nếu tôi tìm vinh quang cho chính mình, thì vinh quang ấy chẳng là gì cả; nhưng chính Cha tôi, Đấng mà các ông gọi là 'Thiên Chúa của chúng ta' mà các ông lại không biết, ban vinh quang cho tôi"* (Ga 8,54). Chỉ trong vòng vài năm, những lời của Đức Giêsu đã dẫn đến sự khước từ và cái chết của Người. Nhưng Đấng đã nói với Người nơi chốn thanh vắng đã cho Người sống lại, như một dấu chỉ của niềm hy vọng và sự sống mới.

Khi bạn có thể tạo ra một chốn thanh vắng ngay giữa những hành động và bận tâm của mình, thì dần dần, những thành công hay thất bại sẽ không còn quá nhiều quyền lực trên bạn. Bấy giờ, tình yêu của bạn dành cho thế giới sẽ hòa quyện với sự thấu hiểu đầy cảm thông trước những ảo tưởng của nó. Khi ấy, sự dấn thân nghiêm túc của bạn sẽ hòa quyện với một nụ cười vạch trần sự giả dối. Khi ấy, sự quan tâm của bạn dành cho người khác sẽ được thúc đẩy nhiều hơn bởi nhu cầu của họ hơn là của chính bạn. Tóm lại:

khi ấy bạn có thể *chăm sóc*. Vậy, chúng ta hãy sống đời mình cách trọn vẹn nhất, nhưng đừng quên thỉnh thoảng hãy trỗi dậy từ tinh sương, ra khỏi nhà, và tìm đến một nơi thanh vắng.

2

VỚI TẤM LÒNG CHĂM SÓC

[Đức Giêsu và các Tông đồ] xuống thuyền đi đến một nơi hoang vắng để được ở riêng. Nhưng thiên hạ thấy các ngài đi, nhiều người nhận ra, liền từ khắp các thành, đi bộ theo đường bộ đến nơi đó trước cả các ngài. Khi ra khỏi thuyền, Đức Giêsu thấy một đám đông lớn thì chạnh lòng thương, vì họ như bầy chiên không người chăn dắt; và Người bắt đầu dạy họ nhiều điều. Lúc ấy đã muộn, các môn đệ đến gần thưa Người: "Nơi này hoang vắng và giờ đã muộn, xin Thầy cho dân chúng về, để họ đến các trại và làng chung quanh mà mua gì ăn." Người đáp: "Chính anh em hãy cho họ ăn đi." Các ông nói: "Chẳng lẽ chúng con phải đi mua hai trăm đồng bạc bánh mà cho họ ăn sao?" Người hỏi: "Anh em có bao nhiêu chiếc bánh? Hãy đi xem thử." Khi biết được, các ông thưa: "Có năm chiếc bánh và hai con cá." Người truyền cho các ông bảo mọi người ngồi thành từng nhóm trên bãi cỏ xanh; họ ngồi xuống từng hàng, nhóm một trăm hay năm mươi người. Rồi Người cầm lấy năm chiếc bánh và hai con cá, ngước mắt lên trời dâng lời chúc tụng, bẻ bánh ra và trao cho các môn đệ để các ông phân phát cho dân. Cả hai con cá, Người cũng chia cho mọi người. Ai nấy đều ăn no nê. Người ta thu lại được mười hai thúng đầy bánh vụn và cá. Số người đã ăn bánh lên đến năm ngàn người đàn ông. (Mc 6,32-44)

Dẫn Nhập

Từ chính sự cô tịch của mình, Đức Giêsu đã đưa bàn tay chăm sóc đến với những con người đang cần. Chính nơi thanh vắng, tình yêu chăm sóc của Người lớn lên và trưởng thành. Và từ đó, Người bước vào một sự gần gũi chữa lành với tha nhân.

Đức Giêsu thật sự chăm sóc. Chúng ta, với óc thực tế, sẽ nói: "Điều đó hiển nhiên: Người đã cho kẻ đói ăn, làm cho người mù thấy, kẻ điếc nghe, kẻ què đi lại, và kẻ chết sống lại. Đúng là Người đã chăm sóc." Nhưng khi quá ngạc nhiên trước những điều lạ lùng Người làm, chúng ta lại quên rằng Đức Giêsu đã không cho đám đông ăn mà không nhận trước vài chiếc bánh và mấy con cá từ một người xa lạ trong đám đông; rằng Người đã không trao lại người con trai thành Nain cho bà mẹ góa mà không cảm nhận nỗi đau của bà; rằng Người đã không gọi Ladarô ra khỏi mồ mà không rơi lệ và thở dài xót xa từ tận đáy lòng. Điều chúng ta thấy — và thích thấy — là sự chữa lành và thay đổi. Nhưng điều chúng ta không thấy — và không muốn thấy — là sự chăm sóc: sự cùng chia sẻ nỗi đau, sự liên đới trong khổ đau, sự tham dự vào chính kinh nghiệm tan vỡ. Và thực tế, chữa lành mà không có chăm sóc thì vô nhân tính chẳng khác gì một món quà được trao bằng trái tim lạnh lẽo.

Tôi muốn suy niệm về sự chăm sóc như nền tảng và điều kiện tiên quyết của mọi sự chữa lành. Trong một cộng đoàn như của chúng ta, tất cả sự chú ý thường được đặt vào chữa lành. Chúng ta muốn trở thành những người chuyên nghiệp: chữa bệnh cho kẻ đau yếu, giúp đỡ kẻ nghèo khổ, dạy dỗ kẻ dốt nát, và tổ chức những

người tản mác. Nhưng cám dỗ là chúng ta lại dùng chính chuyên môn của mình để giữ một khoảng cách an toàn với điều thực sự quan trọng, và quên rằng, xét về lâu dài, chữa lành mà không có chăm sóc có thể gây hại nhiều hơn là giúp ích. Vì thế, trước hết, chúng ta hãy tự hỏi chăm sóc thực sự nghĩa là gì, rồi mới xem làm sao sự chăm sóc có thể trở thành nền tảng của đời sống cộng đoàn.

Sự Chăm Sóc

Chăm sóc nghĩa là gì? Trước hết, tôi muốn nói rằng chữ "chăm sóc" ngày nay đã trở nên rất mơ hồ. Khi ai đó nói: "Tôi sẽ lo cho hắn!" thì thường lại là một lời đe dọa tấn công hơn là một hành động đầy cảm thông. Ngoài ra, từ "chăm sóc" còn thường được dùng với nghĩa tiêu cực. "Bạn muốn uống cà phê hay trà?" — "Tôi không quan tâm." "Bạn muốn ở nhà hay đi xem phim?" — "Tôi không quan tâm." "Bạn muốn đi bộ hay đi xe?" — "Tôi không quan tâm." Cách diễn đạt sự dửng dưng trước những chọn lựa trong đời sống đã trở nên quá quen thuộc. Và dường như, không quan tâm lại trở nên dễ chấp nhận hơn là quan tâm, và một lối sống "vô tư" lại hấp dẫn hơn là một lối sống "chú tâm".

Chăm sóc đích thực thì không mơ hồ. Chăm sóc thật sự loại bỏ sự thờ ơ và trái ngược với sự vô cảm. Từ "care" bắt nguồn từ tiếng Gothic *Kara*, nghĩa là "than khóc". Nghĩa gốc của nó là "đau buồn, cảm nhận nỗi buồn, cùng kêu khóc với người khác." Tôi đặc biệt ấn tượng với nguồn gốc này, vì chúng ta thường nghĩ chăm sóc là thái độ của người mạnh dành cho kẻ yếu, của người quyền thế dành cho kẻ thấp hèn, của người có dành cho người không có. Thực tế, chúng ta thường khó chấp nhận lời mời bước vào nỗi đau của ai đó trước khi làm điều gì để thay đổi nó.

Nhưng khi chúng ta thành thật tự hỏi: những người nào trong đời mình có ý nghĩa nhất, thì thường nhận ra đó là những người, thay vì đưa ra nhiều lời khuyên, giải pháp hay chữa trị, lại chọn cách chia sẻ nỗi đau và chạm vào vết thương của chúng ta bằng một bàn

tay nhẹ nhàng và dịu dàng. Người bạn có thể ở bên ta trong giây phút tuyệt vọng hay hoang mang, có thể ở lại cùng ta trong giờ phút tang tóc và mất mát, có thể chấp nhận sự "không biết, không chữa lành, không cứu được" và cùng ta đối diện thực tế bất lực — đó chính là người bạn biết chăm sóc.

Bạn có thể nhớ lại những lúc mình được gọi đến ở bên một người bạn vừa mất vợ hay chồng, con hay cha mẹ. Trong khoảnh khắc đó, bạn có thể nói hay làm gì? Chúng ta thường có xu hướng nói: "Đừng khóc, người bạn yêu giờ đang ở trong tay Chúa." Hoặc: "Đừng buồn, vì vẫn còn nhiều điều tốt đẹp để sống." Nhưng liệu chúng ta có sẵn sàng thực sự chấp nhận sự bất lực của mình trước cái chết và nói: "Tôi không hiểu. Tôi không biết phải làm gì, nhưng tôi ở đây với bạn." Chúng ta có sẵn sàng không bỏ chạy khỏi nỗi đau, không bận rộn tìm việc khi chẳng có gì để làm, mà đứng yên, cùng đối diện với cái chết bên cạnh người đang tang thương?

Người bạn biết chăm sóc cho ta thấy rằng, bất kể điều gì xảy ra bên ngoài, việc hiện diện cho nhau mới thật sự quan trọng. Thật vậy, điều ấy còn quan trọng hơn cả nỗi đau, bệnh tật hay cái chết. Thật đáng kinh ngạc khi ta có thể nhận được biết bao an ủi và hy vọng từ những tác giả — tuy không đưa ra lời giải cho các vấn nạn của cuộc đời — nhưng đã can đảm diễn tả hoàn toàn trung thực và trực tiếp hoàn cảnh sống của họ. Kierkegaard, Sartre, Camus, Hammarskjöld, và Merton: không ai trong họ đưa ra giải pháp, thế nhưng nhiều người đọc tác phẩm của họ đã tìm được sức mạnh mới để tiếp tục cuộc hành trình của chính mình. Sự can đảm bước sâu vào nỗi khổ đau của con người và hiện diện với chính nỗi đau của mình đã ban cho họ khả năng thốt lên những lời chữa lành.

Vì vậy, chăm sóc trước hết nghĩa là hiện diện cho nhau. Từ kinh nghiệm, bạn biết rằng người thật sự quan tâm đến bạn sẽ hiện diện trọn vẹn với bạn. Khi họ lắng nghe, họ lắng nghe chính bạn. Khi họ nói, bạn biết họ đang nói với bạn. Khi họ đặt câu hỏi, bạn biết đó là vì bạn, chứ không phải vì họ. Sự hiện diện của họ là sự hiện diện chữa lành, vì họ đón nhận bạn theo chính điều kiện của bạn, và họ khích lệ bạn sống nghiêm túc với chính cuộc đời mình, tin tưởng vào ơn gọi của mình.

Xu hướng của chúng ta là chạy trốn khỏi những thực tế đau đớn hoặc cố thay đổi chúng càng sớm càng tốt. Nhưng chữa lành mà không có chăm sóc sẽ biến chúng ta thành những kẻ cai trị, kiểm soát, điều khiển, và ngăn cản sự hình thành một cộng đoàn đích thực. Chữa lành mà không có chăm sóc khiến chúng ta chỉ lo những thay đổi chóng vánh, trở nên thiếu kiên nhẫn và không muốn cùng nhau gánh vác. Và như thế, chữa lành đôi khi có thể trở thành xúc phạm thay vì giải thoát. Vì vậy, không lạ gì khi việc chữa lành đôi lúc lại bị chính những người cần từ chối. Không chỉ cá nhân từ chối giúp đỡ khi họ không cảm nhận được sự chăm sóc thật sự, mà cả những nhóm thiểu số bị áp bức cũng đã kháng cự sự hỗ trợ, và các quốc gia đang chịu khổ đau cũng từng từ chối thuốc men, lương thực khi nhận ra rằng, thà chịu đau khổ còn hơn đánh mất phẩm giá vì nhận một món quà từ bàn tay không biết chăm sóc.

Cộng Đoàn và Sự Chăm Sóc

Điều này dẫn chúng ta đến một câu hỏi khẩn thiết: Làm sao chúng ta có thể trở thành hoặc xây dựng một cộng đoàn biết chăm sóc — một cộng đoàn không tìm cách che đậy nỗi đau hay né tránh nó bằng những cách vòng vo khéo léo, nhưng dám chia sẻ nó như một nguồn mạch của sự chữa lành và sự sống mới? Điều quan trọng là phải nhận ra rằng bạn không thể lấy bằng tiến sĩ về "chăm sóc", rằng sự chăm sóc không thể ủy thác cho các chuyên gia, và vì thế, không ai được miễn trừ khỏi bổn phận chăm sóc. Thế nhưng, trong một xã hội như chúng ta, vẫn có một xu hướng mạnh mẽ là phó thác mọi việc cho chuyên gia. Khi ai đó thấy không khỏe, lập tức ta nghĩ: "Tìm bác sĩ ở đâu đây?" Khi ai đó bối rối, ta dễ dàng khuyên: "Hãy đến gặp nhà tư vấn." Khi ai đó hấp hối, ta vội gọi linh mục. Thậm chí khi ai đó muốn cầu nguyện, ta tự hỏi liệu có vị mục tử nào ở gần đó không.

Điều này cũng từng xảy ra hơn hai thế kỷ trước, vào tháng 6 năm 1787, trong những ngày thảo luận về Hiến pháp Hoa Kỳ. Khi các cuộc tranh luận dường như bế tắc, Benjamin Franklin đề nghị bắt đầu mỗi buổi họp bằng lời cầu nguyện. Nhưng đại hội đã bác bỏ đề nghị này — không phải vì họ không tin vào cầu nguyện — mà chỉ vì họ không có tiền để trả cho một vị tuyên úy. (S. E. Morrison, *The Oxford History of the American People*, New York, 1965, tr. 307-308).

Dù thông thường, việc tìm sự trợ giúp bên ngoài là điều đáng quý, nhưng đôi khi sự ủy thác ấy lại là dấu hiệu của nỗi sợ đối diện

với nỗi đau hơn là dấu hiệu của sự chăm sóc. Và trong trường hợp đó, chúng ta đã che giấu món quà chữa lành quý giá nhất dành cho nhau. Mỗi con người đều có một món quà lớn lao — nhưng thường chưa được khám phá — là khả năng chăm sóc, cảm thông, hiện diện với người khác, lắng nghe, thấu hiểu và đón nhận. Nếu món quà ấy được giải thoát và trao ban, thì những điều kỳ diệu có thể xảy ra. Những ai thực sự biết nhận tấm bánh từ tay người xa lạ và mỉm cười biết ơn thì có thể nuôi sống nhiều người khác mà không hay biết. Những ai có thể ngồi thinh lặng bên cạnh một người mà không biết phải nói gì, nhưng biết rằng mình cần hiện diện ở đó, thì có thể đem lại sự sống mới cho một trái tim đang chết dần. Những ai không sợ nắm lấy bàn tay ai đó để nói lời biết ơn, không sợ rơi lệ khi buồn thương, và không ngại để tiếng thở dài bật lên từ đáy lòng, thì có thể phá vỡ những ranh giới tê liệt và chứng kiến sự khai sinh của một mối hiệp thông mới — hiệp thông của những con người tan vỡ.

Tại sao chúng ta lại giữ kín món quà chăm sóc lớn lao ấy? Tại sao chúng ta trao vài đồng xu mà không dám nhìn vào mặt người ăn xin? Tại sao chúng ta không ngồi cùng người ăn một mình trong nhà ăn, mà chỉ tìm đến những người quen thuộc? Tại sao chúng ta hiếm khi gõ cửa hay nhấc máy gọi điện, chỉ để nói một lời chào hay bày tỏ rằng mình đã nghĩ đến nhau? Tại sao nụ cười vẫn khó trao, lời an ủi vẫn khó cất? Tại sao lại khó nói lời cảm ơn với một người thầy, lời khích lệ với một học trò, hay lời trân trọng với những người nấu ăn, dọn dẹp, làm vườn? Tại sao chúng ta cứ lướt qua nhau, luôn trên đường đến với điều hay người mà mình cho là quan trọng hơn?

Có lẽ đơn giản là vì chúng ta quá bận tâm chứng tỏ mình khác biệt với người khác, đến mức không cho phép bản thân cởi bỏ bộ áo giáp nặng nề để cùng nhau sống trong sự mong manh chung. Có lẽ chúng ta quá đầy ắp những ý kiến, quan điểm, xác tín riêng đến mức không còn chỗ để lắng nghe và học hỏi từ người khác.

Có một câu chuyện về một giáo sư đại học đến gặp một thiền sư để hỏi về Thiền. Nan-in, vị thiền sư, rót trà cho khách. Ông rót đầy chén, rồi vẫn tiếp tục rót. Vị giáo sư nhìn chén trà tràn ra ngoài cho đến khi không thể chịu được nữa liền nói: "Đã đầy tràn rồi, không thể rót thêm được nữa!" Nan-in đáp: "Giống như chén này, ông đang đầy ắp những ý kiến và suy đoán của mình. Làm sao tôi có thể dạy ông về Thiền nếu ông không chịu làm trống chén của mình trước?"

Chăm sóc trước hết nghĩa là làm cạn "chén" của chính mình, để cho người khác có thể đến gần. Nghĩa là gỡ bỏ những rào cản ngăn chúng ta bước vào hiệp thông với người khác. Khi dám chăm sóc, chúng ta sẽ khám phá rằng không có điều gì thuộc về con người lại xa lạ với ta — mọi hận thù và tình yêu, tàn nhẫn và cảm thông, sợ hãi và niềm vui — tất cả đều có trong trái tim mình. Khi dám chăm sóc, chúng ta phải thú nhận rằng: khi người khác giết, tôi cũng có thể đã giết; khi người khác tra tấn, tôi cũng có thể đã tra tấn; khi người khác chữa lành, tôi cũng có thể đã chữa lành; và khi người khác ban sự sống, tôi cũng có thể đã ban sự sống. Khi đó, ta có thể hiện diện bên người lính giết người, bên người lính canh hành hạ, bên chàng trai sống như thể đời không bao giờ tàn, và bên cụ già đã thôi vui chơi vì sợ cái chết.

Chính nhờ sự nhận ra và thú nhận một cách chân thành về sự giống nhau trong nhân tính, chúng ta mới có thể tham dự vào sự chăm sóc của Thiên Chúa — Đấng đã đến, không phải với kẻ quyền thế nhưng với kẻ yếu hèn, không phải để khác biệt nhưng để nên giống, không phải để cất đi nỗi đau nhưng để cùng chia sẻ. Qua sự tham dự này, chúng ta có thể mở lòng ra với nhau và xây dựng một cộng đoàn mới.

Kết Luận

Khi Đức Giêsu nhận lấy năm chiếc bánh và hai con cá, Người đã trao lại cho đám đông, và mọi người đều được ăn no nê. Món quà được sinh ra từ chính sự đón nhận. Lương thực phát sinh từ tình thân với người đói; sự chữa lành đến từ lòng trắc ẩn; và việc chữa trị xuất phát từ sự chăm sóc. Ai có thể cùng cất tiếng kêu với những người đang cần, thì cũng có thể trao ban mà không gây tổn thương.

Bao lâu chúng ta còn bận bịu và ám ảnh với ước muốn làm điều tốt, nhưng lại không thể cảm nhận được tiếng kêu thảm thiết của những người đau khổ, thì sự giúp đỡ của chúng ta vẫn sẽ lơ lửng đâu đó giữa trí óc và đôi tay, chứ chưa đi sâu xuống con tim — nơi chúng ta mới có thể thật sự chăm sóc. Nhưng trong cô tịch, trái tim ta có thể từ từ gỡ bỏ những lớp bảo vệ, để rồi lớn lên, rộng mở và sâu thẳm đến mức không có điều gì thuộc về con người lại xa lạ với nó.

Khi ấy, chúng ta có thể trở nên thống hối, tan nát và khiêm nhu, không chỉ vì tội lỗi và yếu đuối của bản thân, mà còn vì nỗi đau của anh chị em mình. Khi ấy, chúng ta có thể khai sinh một nhận thức mới, vượt xa mọi giới hạn của nỗ lực thuần túy con người. Và khi ấy, những kẻ từng sợ hãi, khép kín, lo rằng mình sẽ không có đủ lương thực cho bản thân, sẽ phải mỉm cười. Bởi lúc đó, chúng ta sẽ khám phá rằng, sau khi đã nuôi hơn năm ngàn người ăn no, vẫn còn dư mười hai thúng bánh và cá. Chính khi ấy, sự chăm sóc được

sinh ra từ cô tịch sẽ trở thành dấu chỉ của niềm trông đợi trung thành vào ngày hân hoan trọn vẹn sẽ đến.

3

TRONG NIỀM TRÔNG ĐỢI

[Trong đêm bị nộp, Đức Giêsu nói với các Tông đồ:] "Ít lâu nữa anh em sẽ không còn thấy Thầy; rồi ít lâu sau, anh em sẽ lại thấy Thầy." Bấy giờ, vài môn đệ hỏi nhau: "Người muốn nói gì: 'Ít lâu nữa anh em sẽ không còn thấy Thầy; rồi ít lâu sau, anh em sẽ lại thấy Thầy'?… 'Ít lâu' là bao lâu? Chúng ta không hiểu Người muốn nói gì." Đức Giêsu biết là các ông muốn hỏi mình, nên Người nói: "Anh em bàn tán với nhau về lời Thầy đã nói: 'Ít lâu nữa anh em sẽ không còn thấy Thầy; rồi ít lâu sau, anh em sẽ lại thấy Thầy'. Thật, Thầy bảo thật anh em: anh em sẽ khóc lóc và than van, còn thế gian sẽ vui mừng; anh em sẽ lo buồn, nhưng nỗi buồn của anh em sẽ trở thành niềm vui. Người đàn bà khi sinh con thì lo buồn, vì giờ của mình đã đến; nhưng sinh con rồi thì không còn nhớ đến nỗi khổ nữa, vì vui mừng có một con người được sinh ra trên đời. Anh em cũng vậy: bây giờ anh em lo buồn, nhưng Thầy sẽ lại gặp anh em, và lòng anh em sẽ vui mừng, và niềm vui của anh em, không ai lấy mất được." (Ga 16,16-22)

Dẫn Nhập

Sự chăm sóc được sinh ra từ cô tịch khó có thể bền vững nếu không được nâng đỡ bởi một niềm trông đợi hy vọng về ngày viên mãn, khi Thiên Chúa sẽ là tất cả trong mọi sự. Không có niềm trông đợi, sự chăm sóc rất dễ thoái hóa thành một sự đắm chìm bệnh hoạn trong nỗi đau, tạo ra nhiều dịp cho những lời than phiền hơn là cho việc xây dựng cộng đoàn. Nhưng chính Đức Giêsu đã giải thoát chúng ta khỏi sự than trách bản thân bằng cách hướng chúng ta vượt qua "một ít lâu" của sự chăm sóc để nhìn đến ngày trọng đại của niềm vui.

"Ít lâu nữa anh em sẽ không còn thấy Thầy; rồi ít lâu sau, anh em sẽ lại thấy Thầy… Bây giờ anh em lo buồn, nhưng lòng anh em sẽ vui mừng, và niềm vui của anh em, không ai lấy mất được."

Đời sống chúng ta là một "ít lâu" trong niềm trông đợi — khoảng thời gian mà buồn và vui chạm nhau ở từng khoảnh khắc. Có một sắc thái của nỗi buồn len lỏi trong mọi giây phút của đời ta. Dường như chẳng hề có một niềm vui thuần khiết hoàn toàn, mà ngay cả trong những giây phút hạnh phúc nhất của cuộc đời, ta vẫn cảm nhận một chút gì đó của nỗi buồn. Trong mỗi sự thỏa mãn, vẫn có ý thức về giới hạn của nó. Trong mỗi thành công, vẫn thấp thoáng nỗi sợ bị ganh tị. Đằng sau mỗi nụ cười, vẫn có một giọt lệ. Trong mỗi vòng tay ôm, vẫn có sự cô đơn. Trong mỗi tình bạn, vẫn có khoảng cách. Và trong mọi ánh sáng, vẫn tồn tại ý thức về bóng tối bao quanh.

Niềm vui và nỗi buồn gần nhau như những chiếc lá thu rực rỡ của vùng New England bên cạnh vẻ trơ trọi của cây cối mùa đông. Khi bạn nắm tay một người bạn trở về, bạn đã biết trước rằng người ấy sẽ lại rời xa bạn. Khi bạn xúc động trước vẻ mênh mông tĩnh lặng của đại dương phủ đầy nắng, bạn sẽ nhớ đến người bạn không thể cùng chiêm ngưỡng khung cảnh ấy. Niềm vui và nỗi buồn được sinh ra cùng lúc, cả hai đều xuất phát từ những nơi sâu thẳm trong trái tim bạn, đến mức bạn không thể tìm được lời diễn tả cho hết những cảm xúc phức tạp của mình.

Nhưng chính kinh nghiệm mật thiết này — nơi mỗi phần của sự sống đều được chạm đến bởi một phần của sự chết — lại có thể hướng chúng ta vượt qua giới hạn của kiếp người. Nó giúp chúng ta hướng lòng về niềm trông đợi ngày mà trái tim sẽ tràn đầy một niềm vui hoàn hảo, một niềm vui mà không ai có thể lấy mất được. Vì thế, giờ đây tôi muốn cùng anh chị em suy niệm về niềm trông đợi, trước hết như là sự kiên nhẫn, và rồi như là niềm vui.

Niềm Trông Đợi
Như Là Sự Kiên Nhẫn

Người mẹ của niềm trông đợi chính là sự kiên nhẫn. Nữ văn sĩ Pháp Simone Weil viết trong những trang ghi chép của mình: "Chờ đợi kiên nhẫn trong niềm trông đợi là nền tảng của đời sống thiêng liêng." Không có kiên nhẫn, niềm trông đợi sẽ thoái hóa thành những ảo tưởng hão huyền. Từ "patience" (kiên nhẫn) bắt nguồn từ chữ patior, nghĩa là "chịu đựng" hay "chịu khổ". Điều đầu tiên mà Đức Giêsu hứa chính là sự đau khổ: "Thật, Thầy bảo thật anh em: anh em sẽ khóc lóc và than van… và anh em sẽ lo buồn." Nhưng Người lại gọi những nỗi đau ấy là đau đớn khi sinh nở. Như thế, điều tưởng chừng là cản trở lại trở thành con đường; điều tưởng như là chướng ngại lại hóa ra là cánh cửa; điều tưởng như không phù hợp lại trở thành đá tảng góc tường. Đức Giêsu biến đổi lịch sử của chúng ta từ một chuỗi ngẫu nhiên những biến cố và tai nạn buồn thành một cơ hội liên lỉ để hoán cải tâm hồn. Vì thế, chờ đợi trong kiên nhẫn có nghĩa là để cho tiếng khóc than của ta trở thành một sự chuẩn bị thanh luyện, nhờ đó ta được sẵn sàng đón nhận niềm vui đã được hứa ban.

Vài năm trước, tôi gặp một giáo sư già ở Đại học Notre Dame. Khi nhìn lại quãng đời dài giảng dạy, ông nói với đôi mắt ánh lên vẻ hài hước: "Tôi đã luôn phàn nàn rằng công việc của mình cứ bị gián đoạn liên tục, cho đến khi tôi chợt nhận ra rằng chính những gián đoạn đó lại là công việc của tôi."

Đó chính là cuộc hoán cải lớn lao trong đời sống: nhận ra và tin rằng những biến cố bất ngờ không chỉ là sự xen ngang quấy rầy các kế hoạch của ta, mà chính là cách Thiên Chúa uốn nắn tâm hồn và chuẩn bị ta cho ngày Người trở lại. Cám dỗ lớn nhất của chúng ta chính là sự chán chường và cay đắng. Khi những kế hoạch tốt đẹp bị phá vỡ vì thời tiết xấu; sự nghiệp vốn ổn định bị gián đoạn bởi bệnh tật hay rủi ro; sự bình an nội tâm bị khuấy động bởi xáo trộn bên trong; hy vọng hòa bình bị phá tan bởi một cuộc chiến mới; ước muốn một chính quyền ổn định bị thay thế bởi những biến động quyền lực liên tiếp; và ước vọng trường sinh bị đối diện với cái chết thật — lúc ấy, chúng ta bị cám dỗ hoặc buông mình vào sự chán nản tê liệt, hoặc phản kháng bằng sự cay đắng phá hoại. Nhưng nếu ta tin rằng chính sự kiên nhẫn có thể làm cho niềm trông đợi của ta lớn lên, thì định mệnh có thể biến thành ơn gọi, vết thương có thể biến thành lời mời gọi đi vào sự thấu hiểu sâu xa hơn, và nỗi buồn có thể trở thành nơi khai sinh của niềm vui.

Tôi muốn kể cho anh chị em nghe câu chuyện về một người đàn ông trung niên, có sự nghiệp đang tiến triển, bỗng chốc bị gián đoạn vì phát hiện mắc bệnh bạch cầu — một chứng ung thư máu hiểm nghèo. Mọi kế hoạch đời ông sụp đổ, và mọi con đường ông đi đều phải thay đổi. Nhưng dần dần, ông đã có thể thôi không còn tự hỏi: "Tại sao điều này lại xảy ra với tôi? Tôi đã làm gì sai để phải chịu số phận này?" mà thay vào đó là: "Lời hứa nào đang ẩn chứa trong biến cố này?" Khi sự phản kháng biến thành một cuộc tìm kiếm mới, ông cảm thấy mình có thể đem lại sức mạnh và hy vọng cho những bệnh nhân ung thư khác, và rằng bằng việc đối diện trực tiếp với căn bệnh, ông có thể biến nỗi đau của mình thành nguồn

chữa lành cho tha nhân. Cho đến hôm nay, ông không chỉ làm được cho các bệnh nhân nhiều điều hơn cả các mục tử, mà còn tái khám phá được đời sống của mình ở một tầm sâu mà trước đây ông chưa từng biết tới.

Niềm Trông Đợi
Như Là Niềm Vui

Nếu kiên nhẫn là người mẹ của niềm trông đợi, thì chính niềm trông đợi lại đem đến niềm vui mới cho đời sống chúng ta. Đức Giêsu không chỉ bắt chúng ta nhìn vào nỗi đau, nhưng còn nhìn vượt qua nó: "Bây giờ anh em lo buồn, nhưng Thầy sẽ lại gặp anh em, và lòng anh em sẽ vui mừng." Một người không có hy vọng vào tương lai thì không thể sống sáng tạo trong hiện tại. Nghịch lý của niềm trông đợi chính là: ai tin vào ngày mai thì lại có thể sống hôm nay một cách trọn vẹn hơn; ai mong niềm vui sẽ nảy sinh từ nỗi buồn thì có thể khám phá những mầm sống mới ngay trong lòng của cái cũ; ai hướng lòng về ngày Chúa trở lại thì có thể nhận ra Người đã hiện diện giữa mình ngay hôm nay.

Bạn biết một bức thư có thể thay đổi cả một ngày như thế nào. Khi đứng trước những dãy hòm thư, ta có thể thấy chỉ một tờ giấy nhỏ cũng đủ làm thay đổi nét mặt một người, khiến lưng họ thẳng lại, và đôi môi uể oải bỗng huýt sáo vui vẻ. Ngày hôm đó có thể vẫn xám xịt như hôm qua, công việc vẫn mệt mỏi như thường lệ. Nhưng một lá thư trong hòm báo rằng có ai đó yêu thương bạn, mong gặp lại bạn, cần sự hiện diện của bạn, hay hứa sẽ sớm đến với bạn — tất cả bỗng trở nên khác hẳn.

Một đời sống trong niềm trông đợi cũng giống như đang cầm trong tay một bức thư như thế — bức thư khiến người mà ta mong nhớ bấy lâu trở về sớm hơn ta tưởng. Niềm trông đợi đem niềm vui vào chính giữa nỗi buồn, đưa người mình yêu vào chính tâm điểm

của nỗi khao khát. Người đã ở lại với ta trong quá khứ và sẽ trở lại trong tương lai, nay lại trở nên hiện diện trong khoảnh khắc quý giá khi ký ức và hy vọng chạm nhau. Lúc ấy, ta nhận ra rằng ta chỉ có thể trông đợi ai đó bởi vì người ấy đã chạm đến đời ta trước rồi.

Một sinh viên từ California, khi rời xa nhiều người bạn thân để đến học ở miền Đông xa xôi, đã nói với tôi: "Thật khó để ra đi; nhưng nếu lời tạm biệt không khiến ta đau lòng, thì lời chào gặp lại cũng chẳng thể đem đến niềm vui." Và thế là nỗi buồn tháng Chín của cậu đã trở thành niềm vui vào mùa Giáng Sinh.

Thiên Chúa hiện diện hay vắng mặt? Có lẽ bây giờ ta có thể nói rằng, ngay giữa nỗi buồn vì cảm thấy Ngài vắng bóng, ta lại có thể tìm thấy những dấu chỉ đầu tiên của sự hiện diện của Ngài. Và ngay trong lòng những khát mong, ta khám phá ra dấu chân của Đấng đã tạo dựng nên chúng. Chính trong sự chờ đợi trung thành Đấng mình yêu, ta mới nhận ra Ngài đã lấp đầy đời ta biết bao. Giống như tình yêu của một người mẹ dành cho con trai có thể lớn dần khi bà mong con trở về, và như những người yêu nhau có thể khám phá lại nhau trong những tháng ngày xa cách, thì cũng vậy, mối tương quan thân mật của chúng ta với Thiên Chúa có thể trở nên sâu đậm và trưởng thành hơn khi ta kiên nhẫn trông đợi Ngài trở lại.

Kết Luận

"Ít lâu nữa anh em sẽ không còn thấy Thầy; rồi ít lâu sau, anh em sẽ lại thấy Thầy." Chúng ta đang sống trong khoảng "ít lâu" ấy. Ta có thể sống quãng thời gian này cách sáng tạo khi sống nó trong cô tịch — nghĩa là tách mình khỏi sự lệ thuộc vào kết quả công việc của mình. Và ta cũng có thể sống nó với sự chăm sóc — nghĩa là biết khóc với những ai đang khóc than. Nhưng chính niềm trông đợi ngày Chúa trở lại mới là điều uốn nắn sự cô tịch và sự chăm sóc của ta thành sự chuẩn bị cho ngày vui trọng đại.

Đó cũng chính là điều chúng ta diễn tả khi cùng nhau lãnh nhận bánh và rượu trong tâm tình tạ ơn. Chúng ta không ăn bánh để no, không uống rượu để hết khát. Ta chỉ ăn một chút bánh, uống một chút rượu, trong ý thức rằng sự hiện diện của Thiên Chúa chính là sự hiện diện của Đấng đã đến, nhưng vẫn còn sẽ đến; Đấng đã chạm đến trái tim ta, nhưng chưa lấy đi hết mọi nỗi buồn của ta.

Vì thế, khi cùng nhau chia sẻ chút bánh và chút rượu, ta làm điều ấy không phải như những con người đã đạt tới đích, nhưng như những anh chị em có thể nâng đỡ nhau trong niềm trông đợi kiên nhẫn — cho đến khi ta được thấy Người trở lại. Và khi ấy, lòng ta sẽ tràn đầy niềm vui — một niềm vui mà không ai có thể lấy mất khỏi chúng ta.

Về tác giả

Henri J.M. Nouwen là một trong những tác giả thiêng liêng được yêu mến nhất trong thời đại chúng ta. Ngài đã viết hơn bốn mươi cuốn sách, trong đó có những tác phẩm bán chạy như Bạn Có Thể Uống Chén Này Không? (Can You Drink the Cup?) và Với Đôi Tay Mở Rộng (With Open Hands). Ngài từng giảng dạy tại Đại học Notre Dame, cũng như tại các Đại học Yale và Harvard. Từ năm 1986 cho đến khi qua đời vào năm 1996, ngài sống tại cộng đoàn L'Arche Daybreak ở Toronto, nơi ngài chia sẻ đời sống của mình với những người khuyết tật trí tuệ. Để biết thêm thông tin về cuộc đời của Henri Nouwen, xin ghé thăm trang www.henrinouwen.org.

NỘI DUNG

Lời mở đầu 7
Lời Tựa 11

1
BƯỚC RA TỪ SỰ CÔ TỊCH

Dẫn nhập 15
Đời Sống Chúng Ta Trong Hành Động 17
Đời Sống Chúng Ta Trong Cô Tịch 21
Kết Luận 25

2
VỚI TẤM LÒNG CHĂM SÓC

Dẫn Nhập 29
Sự Chăm Sóc 31
Cộng Đoàn và Sự Chăm Sóc 35
Kết Luận 39

3
TRONG NIỀM TRÔNG ĐỢI

Dẫn Nhập 43
Niềm Trông Đợi Như Là Sự Kiên Nhẫn 45
Niềm Trông Đợi Như Là Niềm Vui 49
Kết Luận 51

Về tác giả 53